کاریگەری دەربرێنی خۆش و سەربڕێنی ناخۆش لەسەر خوێندکار لە چووارچێوەی بەرێوەبردنی پۆلدا.

مامۆستا:نوزاد فیضی جمیل

٢٠٢٥/٠٨/٢١

ڕوونکردنەوەیەک کە چۆن دەربڕینی خۆشی لە پۆلدا ژینگەی فێربوون بەرز دەکاتەوە:

بەڕێوەبردنی کاریگەرانەی پۆل زۆر گرنگە چونکە یارمەتیدەرە بۆ دروستکردنی ژینگەیەکی ئەرێنی و ئاسوودە بۆ هەردوو خوێندکار و مامۆستا. کاتێک بەڕێوەبردنی پۆلەکان بە باشی مامەڵەی لەگەڵ دەکرێت، کەمترین پچڕان و دڵەڕاوکێ کەمدەکاتەوە و ناڕەحەتی لەنێو خوێندکاراندا ناهێڵێت. ئەم هەستکردنە بە ڕێکوپێکی و سەلامەتی هانی فێرخوازەکان دەدات هەست بە ئارامی و متمانەی زیاتر بکەن، ئەمەش ئامادەیی ئەوان بۆ بەشداری چالاکانە لە وانەکاندا بەرز دەکاتەوە.

کەشێکی خۆشی پۆل پەیوەندی ئەرێنی پەروەردە دەکات، پاڵنەرەکانی خوێندکاران باشتر دەکات، و پشتگیری لە دەرئەنجامە باشترەکانی فێربوون دەکات. بە پێچەوانەوە، خراپی بەڕێوەبردن دەتوانێت ببێتە هۆی ئاژاوە و بێزاری و ناڕەحەتی، کە ڕێگری لە پێشکەوتنی ئەکادیمی و گەشەسەندنی کۆمەڵایەتی دەکات. بۆیە کۆنترۆڵکردنی ڕەفتاری پۆلەکان بە شێوەیەکی کاریگەر بنەڕەتییە بۆ دامەزراندنی ژینگەیەک کە خوێندکاران هەست بە سەلامەتی و ڕێزگرتن و تامەزرۆیی فێربوون بکەن.

"دەربڕینی خۆشی" ئاماژەیە بۆ کردەی نیشاندانی میهرەبانی، دۆستایەتی، گەرمی و هەڵوێستی ئەرێنی لە ڕێگەی قسە، کردار، یان ڕەفتارەکانەوە. لە چوارچێوەی بەڕێوەبردنی پۆل یان کارلێکی نێوان کەسەکاندا، بریتییە لە دروستکردنی ژینگەیەک کە هەست بە پێشوازیکردن و ڕێزگرتن و پشتیوانیکردن بکات، بەمەش پەیوەندییە ئەرێنییەکان و کەشێکی هاوسەنگ پەروەردە دەکات.

1. ڕەفتاری گەرم و گوڕ و دۆستانە Warm and Friendly Demeanor

ئەو مامۆستایانەی کە زەردەخەنە دەکەن و تۆنێکی دەنگی میهرەبان بەکاردەهێنن و زمانی جەستەی کراوە دەپارێزن کەشێکی پێشوازیکردن دروست دەکەن.

ڕەفتاری دۆستانە هانی خوێندکاران دەدات هەست بە ئاسوودەیی و سەلامەتی و زیاتر ئامادەیی بەشداریکردن بکەن.

2. بەهێزکردنی ئەرێنیPositive Reinforcement

ستایشکردنی خوێندکاران بۆ هەوڵ و دەستکەوتەکانیان متمانە و پاڵنەر پەروەردە دەکات.

دانانان بە ڕەفتاری باش و پێشکەوتن، هەستکردن بە دەستکەوت و بەختەوەری بەرەوپێش دەبات.

3. ڕێزگرتن و بەهادان بە قوتابیان Respect and Valuing Students

گوێگرتن لە بۆچوونی خوێندکاران و نیشاندانی ڕێزگرتن لە بیرۆکەکانیان یارمەتیدەرە بۆ دروستکردنی متمانە.

بەهادان بە تاکایەتی هەر خوێندکارێک وایان لێدەکات هەست بە قەدرزانی و قبوڵکردن بکەن.

4 .پەیوەندی هاندان و پشتیوان Encouraging and . Supportive Communication

بەکارهێنانی وشەی هاندەرانە و فیدباکێکی بنیاتنەر پاڵنەرێکە بۆ خوێندکاران بۆ بەردەوامبوون لە هەوڵدان.

دوورکەوتنەوە لە ڕەخنەی توند و لەبری ئەوە گرنگیدان بە ڕێنماییکردنی خوێندکاران بە شێوەیەکی ئەرێنی کەشێکی پشتیوانی دروست دەکات.

5 .دروستکردنی چالاکیی سەرنجڕاکێش و چێژبەخش Creating Engaging and Enjoyable Activities

تێکەڵکردنی شێوازی فێرکردنی خۆش و کارلێککارانە و جۆراوجۆر، خوێندکاران بە ئارەزووی خۆیان دەهێڵێتەوە.

کاتێک قوتابی چێژ لە فێربوون وەردەگرێت، حەماسەت و هەستە ئەرێنییەکانیان زیاد دەکات.

6 .بەرەوپێشبردنی هاوکاری و ڕێزگرتن لە نێوان قوتابیان Promoting Cooperation and Respect Among Students

هاندانی کاری تیمی و کارلێکی ڕێزدار لە نێوان خوێندکاراندا ژینگەیەکی هاوسەنگ پەروەردە دەکات.

پۆلێک کە خوێندکاران هەست بە ڕێزی هاوتەمەنەکانیان بکەن، خۆشترە و لەبارترە بۆ فێربوون.

7. ڕاگرتنی ئارامی و سەبر Maintaining Calm and Patience

ئارامگرتن لە کاتی پچڕان و بە سەبرەوە چارەسەرکردنی کێشەکان یارمەتیدەرە بۆ پاراستنی پۆلێکی ئارام.

سەبر گرنگیدان نیشان دەدات و یارمەتی کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ یان بێزاری دەدات لەنێو خوێندکاراندا.

8. ژینگەی فیزیکی

هەروەها هێشتنەوەی پۆلەکە بە ڕێکوپێکی و ڕەنگاوڕەنگ و ڕێکخراو دەتوانێت یارمەتیدەر بێت بۆ کەشێکی خۆش.

دەست لێدانی کەسی، وەک نمایشکردنی کارەکانی خوێندکاران، دەتوانێت ژینگەکە زیاتر هەست بە پێشوازیکردن بکات.

ڕوونکردنەوەی "دەربڕینی خۆشی" لە بەڕێوەبردنی پۆلدا:

دەربڕینی خۆشی لە بەڕێوەبردنی پۆلدا

پێناسە:

دەربڕینی خۆشی لە بەڕێوەبردنی پۆلدا ئاماژەیە بۆ بەکارهێنانی ڕەفتار و ستراتیژی ئەرێنی و ڕێزدارانە و هاندەرانە لەلایەن مامۆستایانەوە بۆ دروستکردنی ژینگەیەکی فێرکاری هاوسەنگ و پاڵنەر. جەخت لەسەر میهرەبانی و سەبر و گەرمی دەکاتەوە بۆ پەروەردەکردنی پەیوەندی باش و دیسیپلینێکی کاریگەر.

ستراتیژییە سەرەکییەکان بۆ دەربڕینی خۆشی لە بەڕێوەبردنی پۆلدا

1. پەیوەندی ئەرێنی Positive Communication

زمانی دۆستانە و ئارام و ڕێزدار بەکاربهێنە لەکاتی قسەکردن لەگەڵ خوێندکاران.

پێشکەشکردنی قسەی هاندەرانە و ستایش بۆ ڕەفتار و هەوڵی باش.

پاراستنی تۆنێکی گەرم بۆ ئەوەی خوێندکاران هەست بە ئاسوودەیی و بەهادار بکەن.

2. نموونەی ئارامی و سەبر Model Calmness and Patience

بە سەبر مامەڵە لەگەڵ تێکچوون یان ناکۆکیەکاندا بکە نەک بە توڕەیی.

خۆکۆنترۆڵکردن نیشان بدە، ئەمەش هانی خوێندکاران دەدات کە ئاوێنەیەکی ڕەفتارەکانت بن.

بیرخستنەوە و ڕوونکردنەوەیەکی نەرم بەکاربهێنە نەک قسەی توند.

3. دروستکردنی پەیوەندی ئەرێنی Build Positive Relationships

کاتێک بۆ ناسینی خوێندکاران بە شێوەیەکی شەخسی و نیشاندانی ئارەزووی ڕاستەقینە تەرخان بکە.

هاوسۆزی و تێگەیشتن بەرامبەر بە هەست و تەحەددیاتی خوێندکاران نیشان بدە.

بۆ دروستکردنی کەشێکی ئارام، نوکتە و ئاماژەی دۆستانە بەکاربهێنە.

4. دانانی ڕێسای ڕوون و ڕێزدار Establish Clear, Respectful Rules

یاساکانی پۆل بە هاوبەشی دابنێ، جەخت لەسەر ڕێزگرتن و میهرەبانی بکەرەوە.

یاساکان بە شێوەیەکی ئەرێنی ڕوون بکەرەوە ("میهرەبان بە لەگەڵ ئەوانی تر") نەک بە شێوەیەکی نەرێنی ("Don’t be mean").

یاساکان بە بەردەوامی بە تۆنێکی خۆش بەهێز بکە.

5. بەهێزکردنی ڕەفتاری باش بە پێزانین Reinforce Good Behavior with Appreciation

ناسین و ستایشکردنی خوێندکاران بە ئاشکرا یان تایبەت بۆ ڕەفتارە ئەرێنییەکان.

پاداشتەکانی وەک ستیکەر، ستایش، یان ئیمتیاز بەکاربهێنە بۆ پاڵنانی خوێندکاران بە میهرەبانی.

ئاهەنگ بگێڕن بۆ سەرکەوتنەکان بۆ پەروەردەکردنی هەستکردن بە دەستکەوت و سەربەخۆیی.

6. دروستکردنی ژینگەیەکی سەرنجڕاکێش و پاڵپشت Create an Engaging and Supportive Environment

چالاکییە خۆش و کارلێککارەکان لەخۆبگرن بۆ ئەوەی فێربوون چێژبەخش بێت.

شێوازی فێرکاری جۆراوجۆر بەکاربهێنە بۆ جێبەجێکردنی شێوازە جیاوازەکانی فێربوون.

هاندانی هاوکاری نەک کێبڕکێ، پێشخستنی کاری تیمی.

7. دیسپلینێکی بەردەوام و نەرم و نیان Consistent and Gentle Discipline

لەکاتی گونجاودا بە ئارامی و بە شێوەیەکی تایبەت مامەڵە لەگەڵ هەڵسوکەوتی خراپ بکە.

لەبری سزادان ئاڕاستەکردنەوە و پێشنیاری ئەرێنی بەکاربهێنە.

بە میهرەبانی دەرئەنجامەکان ڕوون بکەرەوە بۆ ئەوەی یارمەتی خوێندکاران بدەیت تێبگەن و فێربن.

سوودەکانی دەربڕینی خۆشی لە بەڕێوەبردنی پۆلدا

متمانە و پەیوەندی لەگەڵ خوێندکاران دروست دەکات.

کێشەکانی ڕەفتار کەمدەکاتەوە بە پەروەردەکردنی ژینگەیەکی ڕێزدار.

هاندەری بەشداریکردن و پاڵنەرەکانی خوێندکارە.

کەشـــێکی ئەرێنـــی پـــۆل دروســـت دەکـــات کە لەبـــار بێـــت بـــۆ فێربوون.

مـــۆدێلی ڕەفتـــاری ڕێـــزدار دەکـــات بـــۆ ئەوەی خوێنـــدکاران وەریبگرن.

گوزارشـــت لە خۆشـــی دەکـــات" دەتوانێـــت بیرکـــردنەوە و زانیـــاری خوێنـــدکاران بە شـــێوەیەکی بەرچـــاو بەرز بکـــاتەوە بە چەندین شێوە:

چـــۆن "دەربڕینـــی خۆشـــی" بیرکـــردنەوە و زانیـــاری لە خوێندکاردا زیاد دەکات:

ژینگەیەکـــی فێربـــوونی ئەرێنـــی دروســـت دەکـــات Creates a Positive Learning Environment:

کاتێـــک مامۆســـتایان خۆشـــی دەربـــڕین- لە ڕێـــگەی تـــۆنی دۆســـتانە، هانـــدان و کـــارلێکی ڕێـــزدارەوە- خوێنـــدکاران هەســـــت بە ســـــەلامەتی و ئاســـــودەیی دەکەن. ئەم کەش و هەوا ئەرێنیـــیە دڵەڕاوکـــێ و تـــرس لە هەڵە کەمـــدەکاتەوە، هـــانی قوتـــابی دەدات بـــۆ بەشـــداری چالاکـــانە و بیرکـــردنەوەی داهێنەرانە.

پـــاڵنەر و بەشـــداریکردن بەرز دەکـــاتەوە Boosts Motivation and Engagement:

ڕەفتـــارێکی خـــۆش لەلایەن مامۆســـتایانەوە دەتوانێـــت پاڵنەرێـــک بێـــت بـــۆ خوێنـــدکاران بـــۆ ئەوەی ســـەرقاڵی بمێنـــنەوە و ئـــارەزووی وانەکـــان بـــکەن. کاتێـــک خوێنـــدکاران

هەست بە بەها و قەدرزانی دەکەن، ئەگەری ئەوە زیاترە کە هەوڵەکانیان وەبەربهێنن، ئەمەش دەبێتە هۆی تێگەیشتنێکی قووڵتر و مانەوەی زانیاری.

هانی بیرکردنەوەی ڕەخنەیی دەدات Encourages Critical Thinking:

کەشوهەوای پۆلی پاڵپشت و خۆش، گفتوگۆی کراوە پەروەردە دەکات. خوێندکاران زیاتر ئامادەن پرسیار بکەن، بیرۆکەکان هاوبەش بکەن و دیدگا جیاوازەکان بکۆڵنەوە، ئەمەش توانای بیرکردنەوەی ڕەخنەگرانەیان بەرز دەکاتەوە.

سەرقاڵکردن و تێکچوونەکان کەمدەکاتەوە Reduces Distractions and Disruptions:

کارلێکە خۆشەکان یارمەتی کەمکردنەوەی کێشەکانی ڕەفتار دەدەن، ڕێگە بە کاتێکی زیاتر دەدەن و گرنگی بە چالاکییەکانی فێربوون بدەن. ئەم ژینگە چڕ و پڕە دەرفەت دەدات بە خوێندکاران کە بیرکردنەوەکانیان فراوانتر بکەن و زانیاری بە شێوەیەکی کاریگەرتر بەدەست بهێنن.

متمانە و خۆکارایی دروست دەکات Builds Confidence and Self-Efficacy:

کاتێک مامۆستایان میهرەبانی و بەهێزکردنی ئەرێنی دەردەبڕن، خوێندکاران متمانە بە تواناکانیان دروست دەکەن. خوێندکارانی متمانە بەخۆبوون زیاتر ئامادەن

مەترسی فیکری بکەن و ڕێگەی نوێ تاقیبکەنەوە و تێگەیشتنەکانیان پەرەپێبدەن.

باشبوونی سۆزداری بەرەوپێش دەبات Promotes : Emotional Well-being:

پۆلێکی خۆش پشتگیری تەندروستی سۆزداری خوێندکاران دەکات، کەمکردنەوەی فشار و پەروەردەکردنی بیرکردنەوەیەکی لەبار بۆ فێربوون. خۆشگوزەرانی سۆزداری پەیوەستە بە باشترکردنی کارکردنی مەعریفی و ڕاگرتنی بیرەوەری.

"دەربڕینی ناخۆش" لەسەر خوێندکار بە شێوەیەکی گشتی ئاماژەیە بۆ ئاماژەکانی دەموچاو کە ئاماژەن بۆ هەست و سۆزە نەرێنییەکانی وەک خەمۆکی، بێزاری، نائومێدی، یان بێزاری. تایبەتمەندییە باوەکانی بریتین لە ڕوخساری برۆ، دابەزینی دەم، دابەزینی چاو، یان کەمی حەماسەت. ئەم دەربڕینە دەتوانێت ئەوە پیشان بدات کە خوێندکارەکە دڵتەنگە، سەرقاڵ بووە، یان سەرقاڵی دۆخ یان چالاکییەکانی ئێستای نییە.

دەربڕینێکی ناخۆش لە خوێندکاردا دەتوانێت ئاماژە بە چەند خاڵێک یان تێبینییەکی گرنگ بکات کە مامۆستایان و چاودێران دەتوانن لەبەرچاویان بگرن:

باشترین خاڵەکان سەبارەت بە ناسینەوەی دەربڕینێکی ناخۆش لە خوێندکاراندا:

نیشاندەری نارەحەتی سۆزداری Indicator of Emotional Distress:

ڕەنگە ڕووخساری ناخۆش ئاماژە بەوە بکات کە خوێندکارەکە هەست بە نارەحەتی، دڵەڕاوکێ، بێزاری، یان سەرگەردان دەکات، ئەمەش وا لە گەورەکان دەکات کە پشکنینی باشی سۆزداری خۆیان بکەن.

ئەگەری کێشەکانی فێربوون Possible Learning Difficulties:

ئەو خوێندکارانەی کە نیشانەکانی ناخۆشی نیشان دەدەن لەوانەیە لەگەڵ مادەکەدا کێشەیان هەبێت، هەست بە بێزاری بکەن، یان متمانەیان نەبێت، ئەمەش دەتوانێت کاریگەری لەسەر پاڵنەر و بەشداریکردنیان هەبێت.

پێویستی بە پاڵپشتی و هاندان Need for Support and Encouragement:

ناسینی ناخۆشی ڕێگە بە مامۆستایان دەدات کە پشتگیرییەکی گونجاو، هاندان، یان دڵنیایی پێشکەش بکەن بۆ یارمەتیدانی خوێندکار بۆ وەرگرتنەوەی متمانە و ئارەزووی.

نیشانەی ئاگادارکردنەوەی پێشوەختە Early Warning Sign:

دەربڕینێکی ناخۆش دەتوانێت وەک هۆشدارییەکی پێشوەختە بۆ پرسە ڕەفتارییەکان یان کۆمەڵایەتییە

ئەگەرییەکان، وەک ململانێی هاوڕێیان یان کێشەی کەسی، کە دەستێوەردان لە کاتی خۆیدا بکات.

دەرفەتی پەیوەندی کەسی: Opportunity for Personal Connection:

سەرنجدان بە ناخۆشی دەرفەتێک دەدات بۆ دروستکردنی پەیوەندییەکی بەهێزتری مامۆستا و خوێندکار بە نیشاندانی هاوسۆزی و تێگەیشتن و گرنگیدان.

تێڕوانین بۆ ژینگەی پۆل: Insight into Classroom Environment:

دووبارەبوونەوەی نیشانەکانی ناخۆشی لە نێوان خوێندکاراندا ڕەنگە ئاماژە بێت کە هەندێک پراکتیزە یان بابەتەکانی پۆل پێویستیان بە ڕێکخستن هەیە بۆ دروستکردنی کەشێکی ئەرێنیتر.

بە کورتی:

ناسینی دەربڕینێکی ناخۆش لە خوێندکاراندا بەنرخە چونکە تیشک دەخاتە سەر ئەو بوارانەی کە ڕەنگە خوێندکار پێویستی بە پشتگیری سۆزداری یان ئەکادیمی هەبێت، ئەمەش یارمەتی پەروەردەکاران دەدات کە ژینگەیەکی فێربوونی پشتیوانتر و وەڵامدەرەوەتر دروست بکەن.

دەربڕینێکی ناخۆش لە خوێندکاراندا دەتوانێت کاریگەری نەرێنی لەسەر بیرکردنەوە و گەشەپێدانی زانیارییان هەبێت. لێرەدا چەند خاڵێکی سەرەکی دەخەینەڕوو:

کاریگەری نەرێنی دەربڕینی ناخۆش لەسەر بیرکردنەوە و زانیاری خوێندکاران:

کەمبوونەوەی پاڵنەرReduced Motivation ::

کاتێک خوێندکاران ناخۆش دەردەکەون، لەوانەیە هەست بە پاڵنەرێکی کەمتر بکەن بۆ بەشداریکردنی چالاکانە لە وانەکاندا، ئەمەش دەبێتە هۆی کەمبوونەوەی بەشداریکردن و دەرفەتەکانی فێربوون.

کەمتر چڕبوونەوە و فۆکەس Lower Concentration : and Focus

ناخۆشی دەتوانێت سەرنجی خوێندکاران سەرقاڵ بکات، ئەمەش وادەکات سەرنجیان لەسەر ئەرکەکان قورستر بێت، ئەمەش توانای پرۆسێسکردن و ڕاگرتنی زانیارییەکانیان ڕێگری دەکات.

تێکچوونی بیرکردنەوەی ڕەخنەیی Impaired Critical : :Thinking

هەست و سۆزە نەرێنییەکان دەتوانن ڕێگری لە بیرکردنەوەی داهێنەرانە و ڕەخنەگرانە بکەن، ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی خوێندکاران ببنە فێرخوازی پاسیڤ نەک چالاکانە بەدوای بیرۆکەکاندا بگەڕێن.

کەمبوونەوەی بیرەوەری و ڕاگرتن Decreased Memory and Retention:

نارەحەتی سۆزداری پەیوەست بە ناخۆشی دەتوانێت کاریگەری لەسەر دروستبوونی بیرەوەری هەبێت، ئەمەش وا دەکات کە خوێندکاران قورستر بێت بۆ بیرهێنانەوەی زانیارییە فێربووەکان.

کەمبوونەوەی متمانە و خۆکارایی: Decreased Confidence and Self-Efficacy:

ناخۆشی بەردەوام لەوانەیە ببێتە هۆی هەستکردن بە بێزاری یان ناتەواوی، کەمکردنەوەی متمانەی خوێندکاران بۆ پرسیارکردن یان هەوڵدان بۆ ئەرکە چالاکەکان، ئەمەش گەشەی فێربوونیان سنووردار دەکات.

کەشوهەوای نەرێنی پۆل Negative Classroom Atmosphere:

کاتێک خوێندکاران نارازین، دەتوانێت کاریگەری لەسەر ژینگەی گشتی پۆل هەبێت، فێربوونی هاوبەش بێهیوا بکات و دەرفەتەکانی فێربوونی هاوتا کەم بکاتەوە.

پوختە:

زۆرجار دەربڕینی ناخۆشی لە خوێندکاراندا پەیوەندی بە کەمبوونەوەی پاڵنەر و تەرکیز و متمانەوە هەیە، کە دەتوانێت کاریگەری نەرێنی لەسەر لێهاتوویی بیرکردنەوە و توانای بەدەستهێنان و ڕاگرتنی زانیارییان

هەبێت. ناسین و چارەسەرکردنی ئەم هەستانە زۆر گرنگە بۆ پەروەردەکردنی ژینگەیەکی فێرکاری ئەرێنی کە گەشەسەندنی هزری تەندروست بەرەوپێش ببات.

دەربڕینی ناخۆش لە پۆلدا دەتوانێت تەحەددا بۆ بەڕێوەبردنی کاریگەرانەی پۆل بخاتەڕوو. لێرەدا چەند خاڵێکی سەرەکی دەخەینەڕوو:

ستراتیژییەکانی بەڕێوەبردنی پۆل بۆ چارەسەرکردنی دەربڕینە ناخۆشەکان:

هۆکارەکەی دەستنیشان بکە Identify the Cause ::

بە وردی چاودێری خوێندکاران بکە بۆ ئەوەی تێبگەیت بۆچی ناڕازی دەردەکەون- جا بەهۆی سەختی ئەکادیمی، پرسە کۆمەڵایەتییەکان، یان ژینگەی پۆلەوە بێت.

دروستکردنی ژینگەیەکی پشتیوان : Create a Supportive Environment:

پەروەردەکردنی کەشێکی ئەرێنی و پێشوازیکردن کە خوێندکاران هەست بە سەلامەتی بکەن بۆ دەربڕینی هەست و نیگەرانییەکانیان بەبێ ترس لە حوکمدان.

دروستکردنی پەیوەندی بەهێزی مامۆستا و خوێندکار : Build Strong Teacher-Student Relationships:

هاوسۆزی و گوێگرتن و گرنگیدانی ڕاستەقینە بۆ باشبوونی خوێندکاران نیشان بدە، ئەمەش دەتوانێت یارمەتی خوێندکاران بدات هەست بە بەها و تێگەیشتن بکەن، ئەمەش هەستکردن بە ناخۆشی کەمدەکاتەوە.

بەکارهێنانی بەهێزکەری ئەرێنی Use Positive Reinforcement:

هاندان و ستایشکردنی خوێندکاران بۆ هەوڵ و دەستکەوتەکانیان بۆ بەرزکردنەوەی متمانە و پاڵنەرەکانیان.

جێبەجێکردنی چارەسەری ناکۆکی Implement Conflict Resolution:

بە خێرایی و کاریگەر چارەسەری ناکۆکی یان تێنەگەیشتنەکان بکە بۆ ڕێگریکردن لە هەستکردن بە بێزاری یان توڕەیی.

جێگیرکردنی فیدباکەکانی خوێندکاران Incorporate Student Feedback:

بەشداریکردنی خوێندکاران لە بڕیار یان چالاکییەکانی پۆلدا بۆ زیادکردنی هەستی خاوەندارێتی و ڕەزامەندی.

خۆگونجاندن لەگەڵ شێوازەکانی فێرکردن Adapt Teaching Methods:

دەستکاریکردنی وانەکان یان چالاکییەکان بۆ ئەوەی باشتر لەگەڵ ئارەزووەکانی خوێندکاران و شێوازی

فێربوون بگونجێت، فێربوون زیاتر سەرنجڕاکێش و کەمتر بێزارکەر.

پشتگیری سۆزداری پێشکەش بکە : Provide Emotional Support:

ڕێنمایی، ڕاوێژکاری، یان پشتگیری پێشکەش بکە کاتێک خوێندکاران ناخۆشی دەربڕین کە پەیوەندییان بە پرسە کەسییەکانەوە هەیە.

بە کورتی:

بەڕێوەبردنی کاریگەرانەی پۆل بریتییە لە ناسینەوەی باری سۆزداری خوێندکاران، تێگەیشتن لە هۆکارەکانی ناخۆشییان، و دروستکردنی ستراتیژییەکان بۆ پێشخستنی ژینگەیەکی فێرکاری ئەرێنی و پاڵپشت. چارەسەرکردنی دەربڕینە ناخۆشەکان بە شێوەیەکی چالاکانە دەتوانێت بەشداریکردنی خوێندکاران، ڕەفتار و کەشوهەوای گشتی پۆل باشتر بکات.

بۆ چارەسەرکردن و باشترکردنی دەربڕینی ناخۆش لە خوێندکاران لەناو پۆلدا، لێرەدا چەند چارەسەرێکی کاریگەر دەخەینەڕوو:

چارەسەرەکان بۆ چارەسەرکردنی دەربڕینی ناخۆش لە خوێندکاران:

پەیوەندییەکی ئەرێنی دروست بکە : Build a Positive Relationship:

پەرەپێدانی متمانە و پەیوەندی لەگەڵ خوێندکاران بە نیشاندانی چاودێری ڕاستەقینە، گوێگرتن بە شێوەیەکی چالاک و نزیکبوونەوە.

دروستکردنی ژینگەیەکی پشتیوان Create a Supportive Environment:

پەروەردەکردنی کەشێکی پۆل کە خوێندکاران هەست بە سەلامەتی و ڕێز و بەها بکەن، هاندانی پەیوەندی کراوە سەبارەت بە هەستەکانیان.

دەستنیشانکردن و چارەسەرکردنی کێشە بنەڕەتییەکان Identify and Address Underlying Issues:

پەیوەندی بە خوێندکارانەوە بکە بە شێوەیەکی تایبەت بۆ ئەوەی لە هۆکارەکانی پشت ناخۆشیەکانیان تێبگەیت، جا چ ململانێی ئەکادیمی بێت، چ کێشەی کەسی بێت، یان ململانێی کۆمەڵایەتی.

هاندانی دەربڕینی سۆزداری Encourage Emotional Expression:

ڕێگە بە خوێندکاران بدە هەستەکانیان لە ڕێگەی گفتوگۆ، گۆڤارکردن، یان هونەرەوە بەیەکەوە باس بکەن، یارمەتیان دەدات هەستەکان پرۆسێس بکەن و هەست بکەن کە بیستراون.

بەکارهێنانی بەهێزکەری ئەرێنی Use Positive Reinforcement:

دانن ان به هەوڵ و دەستکەوتەکان بۆ بەرزکردنەوەی متمانە و پاڵنەر، کەمکردنەوەی هەستکردن بە بێزاری یان ناڕازیبوون.

چالاکییە سەرنجڕاکێش و پەیوەندیدارەکان لەخۆبگرێت: Incorporate Engaging and Relevant Activities:

دیزاینی وانەکان کە سەرنجڕاکێش و مانادار بن بۆ خوێندکاران، فێربوون چێژبەخش بن و بێزاری یان بێزاری کەم بکەنەوە.

پێشکەشکردنی پشتگیری و ڕاوێژکاری سۆزداری: Provide Emotional Support and Counseling

ئەگەر پرسە سۆزدارییەکان ئاڵۆز بن یان بەردەوام بن، خوێندکاران ڕەوانەی ڕاوێژکاری قوتابخانە یان سەرچاوەی تەندروستی دەروونی بکەن.

فێرکردنی کارامەییەکانی ڕووبەڕووبوونەوە و کۆمەڵایەتی Teach Coping and Social Skills :

یارمەتی خوێندکاران بدە ستراتیژیەتەکان بۆ بەڕێوەبردنی هەستە نەرێنییەکان و باشترکردنی کارلێکە کۆمەڵایەتییەکان دابڕێژن.

ڕێکخستنی ستراتیژییەکانی وانەوتنەوە Adjust Teaching Strategies:

جیاوازیکردنی ڕێنماییەکان بۆ دابینکردنی پێداویستییە جۆراوجۆرەکانی فێربوون، دەستڕاگەیشتن بە ناوەڕۆک و کەمکردنەوەی بێزاری.

پێشخستنی پشتگیری هاوڕێیان Promote Peer : Support:

هاندانی کارلێکی ئەرێنی هاوڕێیان و کاری گروپی بۆ پەروەردەکردنی هەستکردن بە سەربەخۆیی و کۆمەڵایەتی.

بە کورتی:

چارەسەرکردنی دەربڕینە ناخۆشەکان بریتییە لە تێگەیشتن لە هەستەکانی خوێندکاران، دروستکردنی ژینگەیەکی پشتیوانی و چالاکانە بەشداریکردنیان لە ڕێگەی پەیوەندی هاوسۆزی و چالاکییە ماناداره‌کانەوە. ئەم ستراتیژیانە یارمەتی باشترکردنی باشی سۆزدارییان دەدەن و ئەزموونی فێربوونی گشتییان بەرز دەکەنەوە.

بە هیوای سوودبینین